

«ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК – ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ!»



Инструктор по физ. культуре Крюкова С. А.



**«Я не боюсь еще и еще
раз повторить: забота
о здоровье ребенка –
это важнейший труд
воспитателя...».**

В.А.Сухомлинский



МДОУ детский сад
№ 28 «Туяна»

Актуальность темы

Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому и безопасному образу жизни. Значимость применения данной работы определяется решением задач оздоровления дошкольников, воспитания культуры безопасного и здорового образа жизни – создания прочной основы для воспитания здорового ребенка.

**Цель: обеспечение
сохранения и
укрепления
здоровья
воспитанников
формирование
ценностного
отношения к
здоровому образу
жизни**



Основные задачи

- **Воспитание у детей потребности в здоровье.**
- **Создание здоровьесберегающей среды в учреждении**
Оптимизация двигательной активности детей
- **Формирование эмоционального благополучия ребенка**
- **Обеспечение высокого уровня физической подготовленности детей**
- **Коррекция речевого и нервно-психического развития воспитанников**
- **Формирование представлений о здоровом образе жизни и культуре здоровья**

Здоровье - это состояние
полного физического,
душевного и социального
благополучия, а не только
отсутствие физических
дефектов.

ВОЗ(Всемирная
организация
здравоохранения)

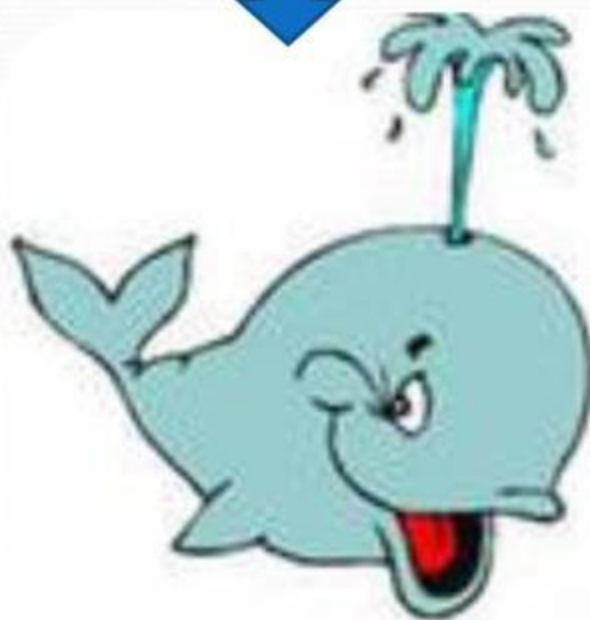
ТРИ КИТА ЗДОРОВЬЯ



ЗДОРОВЬЕ



физическое



психическое



социальное

МОДУЛЬ «ДЕТИ»



Оптимизация режима

- Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима
- Определение оптимальной индивидуальной образовательной нагрузки на ребенка
- Учет индивидуальности и возрастных особенностей детей
- Распределение двигательной нагрузки в течение дня







Организация правильного питания



- Питание по 10-ти дневному меню
- Введение овощей и фруктов в обед и полдник
- Витаминизация пищи витамином «С»
- Строгое соблюдение питьевого режима



Познавательные занятия:

- По познанию своего организма;
- По гигиеническим правилам и предупреждению инфекционных заболеваний;
- По питанию и здоровью;
- По культуре потребления медицинских услуг.

Организация двигательной деятельности

- Утренняя гимнастика
- Артикуляционная гимнастика
- Прием детей на улице
- Физкультурные занятия
- Музыкально-ритмические занятия
- Физкультура на улице
- Бодрящая гимнастика после сна
- Физкультминутки
- Подвижные игры
- Гимнастика для глаз
- Оздоровительная гимнастика
- Самомассаж
- Пальчиковая гимнастика
- Арттерапия
- Спортивные досуги
- Дни здоровья
- Индивидуальная работа с детьми





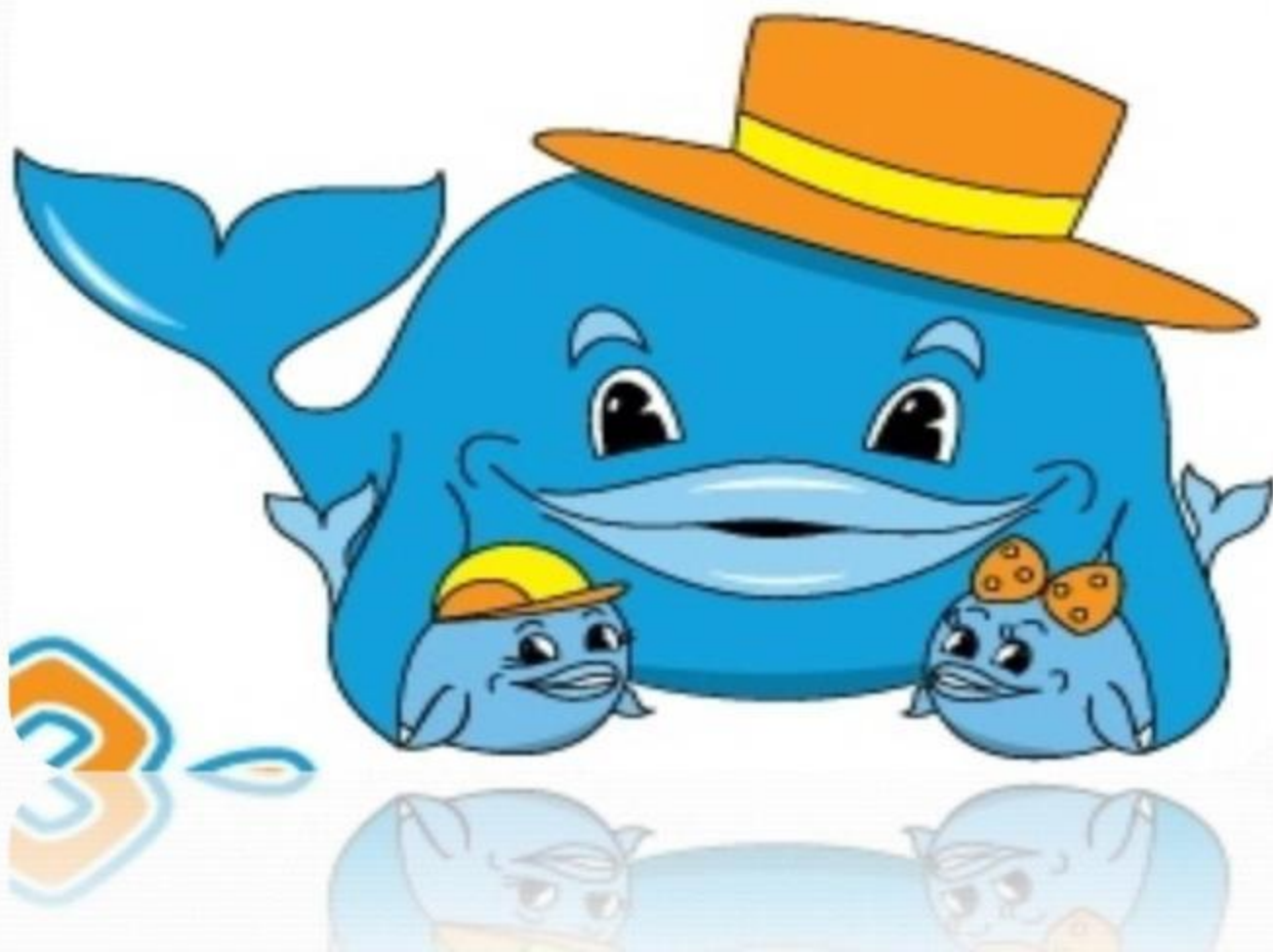
Система закаливания

- Утренний прием на улице
- Облегченная форма одежды
- Воздушные ванны
- Игры с водой
- Умывание рук и лица прохладной водой
- Полоскание рта водой комнатной температуры
- Упражнения для профилактики нарушения осанки
- Упражнения для профилактики плоскостопия
- Босохождение (летом)





МОДУЛЬ «РОДИТЕЛИ»



ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

Традиционные

- Родительские собрания
- Открытые занятия
- «Дни открытых дверей»
- Консультации
- Анкетирование
- Создание уголков здоровья
- Оформление стенда

Нетрадиционные

- Совместные детско-родительские народные и календарные праздники, досуги в том числе, фольклорные, включающие в себя народные игры и развлечения
- Спортивные праздники «Папа, мама, я спортивная семья»
- Дни здоровья

Режим дня в детском саду



— по порядку



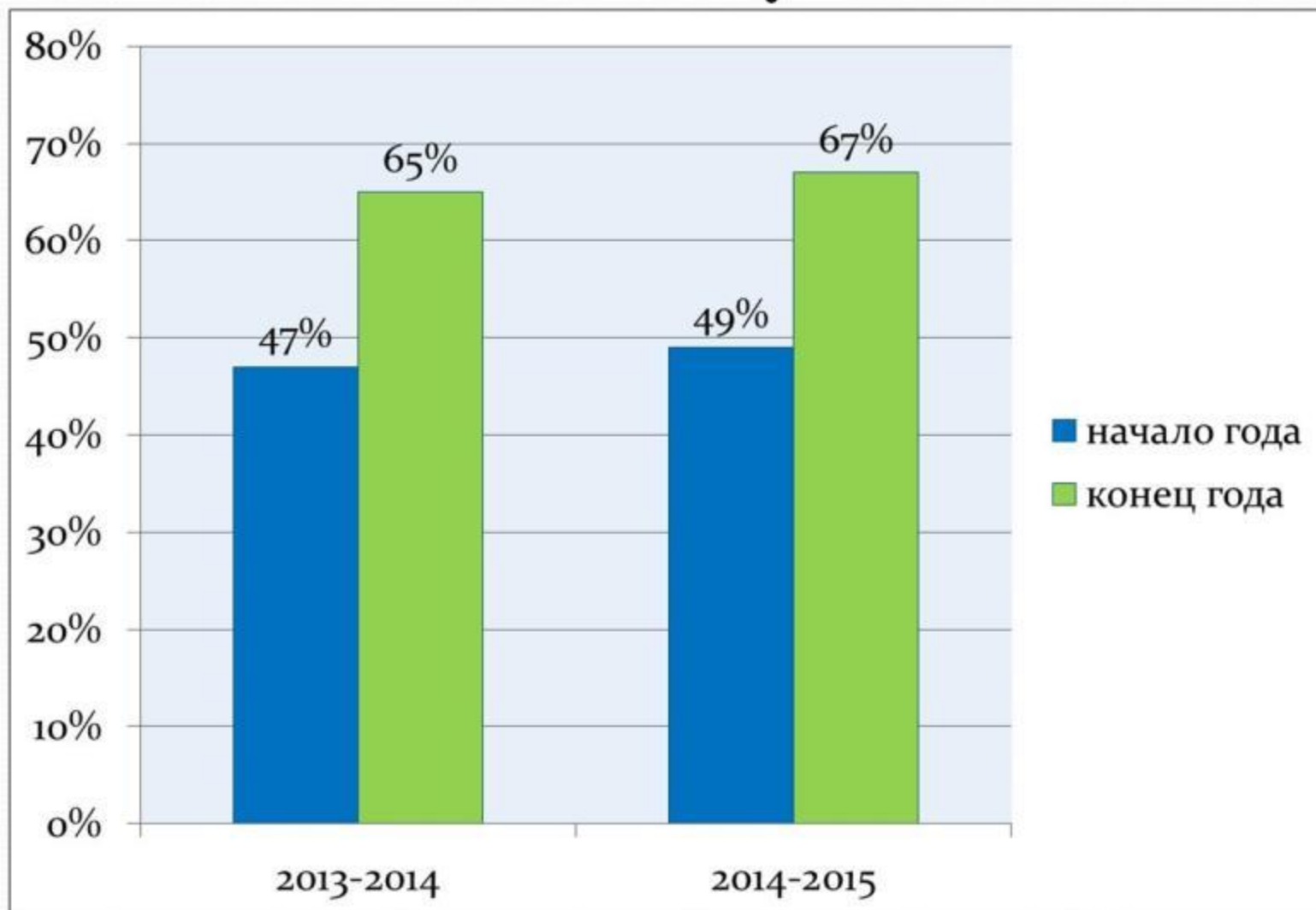
совать



2012/03/02 03:47



Физическое развитие



НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ ВЫБИРАЕТ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

